甲種防火管理者講習会

峡南広域行政組合消防本部

防火管理者の資格を得られる甲種防火管理講習を次のとおり行います。

【日時】 7月23日㈭、24日㈮
1日目午前9時～午後4時30分
2日目午前9時～午後4時
※2日間受講しなければ資格は取得できません。

【場所】 身延町総合文化会館2階会議室

【受付期間】 6月22日㈪～6月26日㈮午前9時～午後4時30分
※峡南消防本部管内に居住または勤務する方を優先し、定員になり次第締め切ります。

【受付場所】 峡南広域行政組合消防本部予防課、各消防署

【申込方法】 申込書及び写真1枚（縦4cm×横3cm、6カ月以内に撮影した正面上半身で背景の無い写真）、受講料3，500円を添えて申し込み下さい。（郵送は不可、代理は可）
申込書は、峡南広域行政組合消防本部及び各消防署にあります。また峡南広域行政組合のホームページからも取ることができます。

【定員】 60名（定員になり次第締め切り）

【その他】 ▽受講票は当日会場の受付に提出して下さい▽昼食は各自で用意して下さい

【問い合わせ】峡南消防本部予防課 ☎0556（62）2110」

「キッズサッカーフェスティバル」開催

県サッカー協会

山梨県サッカー協会では、U－8・6キッズサッカーフェスティバルin峡中を開催します！当日はヴァンフォーレ甲府の選手やヴァンくんも参加します。サッカーに興味のある子はもちろん、外で身体をいっぱい動かして外遊びの楽しさを再認識しませんか？

【開催日時】 6月20日㈯ 午後1時30分～（受付は午後1時から）

【開催場所】 押原公園天然芝グラウンド（昭和町）

【参加資格】 市川三郷町及び峡中地域にお住いの小学校1・2年生及び園児の皆さま

【問い合わせ・申し込み】山梨県サッカー協会「担当望月」 ☎055（267）8887

平成27年度交通災害共済

山梨県市町村総合事務組合

交通災害共済に、家族そろって加入しましょう！
通院1日から見舞金の支給対象となり、自転車事故など、小さな交通災害もカバーしています。

【掛金】 500円（年額）／一人

【共済期間】 加入申し込みした日の翌日～平成28年3月31日まで

【見舞金】 ▼傷害1万円～18万円▼障害20万円～30万円▼死亡100万円
加入条件を満たしていれば、いつでもどなたでも加入できます。

【問い合わせ】町総務課防災防犯係 ☎055（272）1102

山梨県俳句大会 作品募集

山梨県文化協会連合会

山梨県文化協会連合会では、作品を募集します。

【対象者】 県内在住者（高校生以上）

【参加費】 ※5句一組（四季雑詠、未発表）
2千円／一般、千円／高校生※郵便振替口座利用

【募集期間】 7月31日まで

【顕彰】 知事、議長、マスコミ各社などの賞

【表彰】 10月12日、午後1時30分、山梨県立図書館

【問い合わせ・申し込み】投句用紙に記入し郵送、募集要領は町文化協会 ☎055（272）6094まで

特設合同行政相談所

総務省山梨行政評価事務所

国や県、市などの担当者が相談をお受けします。

【日時】 6月18日㈭午前10時30分～午後3時

【場所】 オギノリバーシティ店1階ふれあい広場

【内容】 国民生活にかかわる登記、年金、道路などの相談に、国や県、市の担当者がお応えするほか、弁護士や司法書士、行政書士、税理士なども参加します。相談は無料で、↖

合同不動産公売のお知らせ

町では山梨県と合同で差押物件の公売を行います。今回は市川三郷町下大鳥居地内の宅地1筆、農地11筆を予定しています。

公売日前に滞納税が完納となった場合は公売が中止されます。

公売日　平成27年7月14日㈫

詳しくは、税務課徴収係 ☎055-272-1104までお問い合わせ下さい。

自殺予防のための相談

『生きているのがつらい』と悩まれている方、あなたの気持ちをお聞かせ下さい。秘密は守られます。

家族に死にたいと訴える人がいるなど、自殺に関する相談をお受けします。まずはご相談下さい。

こころの健康相談統一ダイヤル（自殺防止電話相談）
おこなおう まもろうよ こころ
0570-064-556

平日（月～金）　午前9時～午後4時
夜間（火～土）　午後4時～午後10時

秘密は守られます。事前の予約は不要です。お気軽に利用下さい。
【参加機関】甲府地方法務局ほか10機関を予定
【問い合わせ】総務省山梨行政評価事務所☎０５７０（０９０）１１０３７３７

土地の境界問題に関する相談
境界問題相談センターやまなし

土地境界の専門家「土地家屋調査士」と法律の専門家「弁護士」が協力して皆様のご相談に応じ、公正・迅速・円満な形で問題の解決を目指すようお手伝いします。
完全予約制です。電話での相談はお受けできません。必ず、予約をしてからお越し下さい。
境界問題でお困りの方、まずはお電話下さい。
【問い合わせ・申し込み】境界問題相談センターやまなし（甲府市国母８－13－30）☎０５５（２２５）３７３７

夏の「きこえ」と「ことば」の相談会
山梨県立ろう学校

子どもの「きこえ」「ことば」のことで不安はありませんか？少しでも不安のある方はご相談下さい。専門の教員がご相談に応じます。
【日時】７月12日㈰～７月14日㈫午前９時～午後５時
【場所】県立ろう学校（山梨市大野１００９）
【対象児】０歳児から大学生
【相談内容】▽「きこえ」と「ことば」に関する悩み▽子どもへの関わり方▽生活や学習について▽聴力測定▽補聴器相談
【申し込み方法】事前に電話で日時を予約して下さい（締切は７月８日㈬午後３時まで）
※費用は一切かかりません。
※完全個別予約制で秘密は厳守します。
【問い合わせ・申し込み】山梨県ろう学校「きこえとことばの相談支援センター」手塚☎０５５３（２２）１３７８

市川三郷町社会福祉協議会

平成27年度
社会福祉大会

7月4日㈯
午後1時～
市川大門町民会館講堂

認知症地域公開講座
みんなでするじゃん！認知症予防

講演会・シンポジウム
【演題】今日からできる認知症予防
【講師】宇良千秋 氏
東京都健康長寿医療センター研究所自立促進と介護予防研究チーム研究員

主催 市川三郷町 / 町社会福祉協議会
山梨県立介護実習普及センター

問町社会福祉協議会
☎ 055-272-4179

市川三郷
プレミアム商品券 申し込み開始

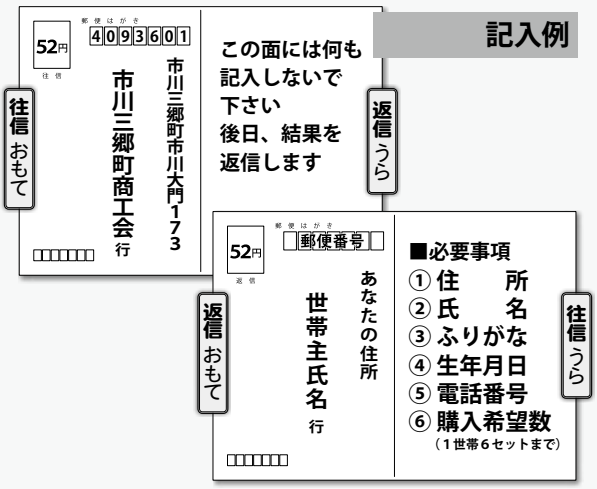
市川三郷町商工会では、1冊5,000円で30%のプレミアム（500円券が13枚）が付いた「市川三郷プレミアム商品券」を販売します。
只今、申し込みを受付中です。
商品券は町内110店舗で利用できます。利用可能店舗については、全戸配布されるチラシをご覧下さい。
お申し込みは、初回は往復ハガキでの申し込みとなり、申し込み者多数の場合は抽選になります。

商品券の内容
1冊5,000円（500円券×13枚綴）
※プレミアム率30%、1世帯6冊まで
申し込み多数の場合は抽選となります。すべての取扱店で利用できる「共通券」と利用できる店舗が限られる「専用券」が1セットになっています。

商品券の有効期間
7月5日㈰～12月31日㈭

申し込み方法
6月22日㈪［消印有効］までに、往復はがきに必要事項を記入し、
〒409-3601 市川三郷町市川大門173
市川三郷町商工会 へ
※詳しくは全戸配布されるチラシをご覧下さい

記入例



問 市川三郷町商工会 ☎ 055-272-4711
（月～金曜日 午前9時30分～午後4時）

さんぽみち

地域の話題や情報をお寄せ下さい
町総務課広聴広報係 ☎ 055-272-1102

多彩なイベント今年も
第18回「ぼたんの花まつり」

4月25日、歌舞伎文化公園で第18回「ぼたんの花まつり」が開催されました。当日は晴天に恵まれ、大勢の来場者で賑わいました。今年のぼたんは春先の暖かさで見頃が早まるかと心配されましたが、当日は良い見頃を迎え華麗な花を咲かせていました(写真・右)。イベントステージは、保育園児のかわいい呼込み神輿（写真・右中）で始まり、続いて三珠歌舞伎太鼓が迫力ある演奏を披露（写真・左上)、また静岡県西伊豆町との姉妹町締結・防災協定の調印が両町の町長出席のもと行われました（写真・下)。

ぼたんの花まつりは、毎年色々な企画で楽しめるイベントとして親しまれています。

植樹を通じて郷土の森を育む

緑豊かな郷土の森を守り育んでもらおうと、六郷小学校5年生23名が植樹を体験しました。この日は峡南林務環境事務所指導のもと3種類の苗木を植えましたが、児童たちからは、「もっと植えたい」と元気のいい声が、あちらこちらで聞こえました。

今月の表紙

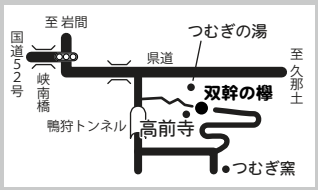
宮原地区の里山の復活や、合併した市川三郷町の一体感醸成に尽力され、昨年4月に他界された深沢新次郎先生を偲ぶ「竹林ミニコンサート」が、旧六郷出身のテューバ奏者戸坂恭毅さん、その仲間の皆さんと山路会により宮原の竹林コンサート広場で開催されました。

当日は100人を超える方がお越しになり、管楽器の音色に酔いしれました。

プログラムの最後には、新次郎先生に届けと演奏に合わせ、会場全員で合唱が始まり故人を偲びました。

いちかわみさと歴史探訪 第4編

町指定天然記念物 双幹の欅（そうかん けやき）



六郷地区、鴨狩津向の城山神社の山腹に、根元の近くから大きく二股に分かれた形の欅の木があり、その珍しい形からこの巨木には「双幹の欅」という名前が付けられています。

樹木の根回りは6.7m、高さは14mもあるこの大きな欅は、樹齢500年から600年と推定されています。

また、さらに珍しいことに、この欅の巨木は北側の根元に2体の石仏を抱きこんでおり、母親が子供をかわいがるような形をしているところからも、古くから子宝や安産の御神木として祀られてきました。

問 町生涯学習課学術文化係 ☎ 055-272-6094

クイズに答えて記念品をゲット！

正解者５名の方に抽選で記念品を差し上げます。
（記念品は月によって内容が変わる場合があります。ご了承下さい）

※必要事項が明記されていない場合は、対象からはずさせていただきます

広報いちかわみさと クイズ

《問題》
～ヒントは広報紙の中に～

市川大門駅販売窓口で６月１日から販売が始まるのは「･･･」？回数券。

① あずさ　② かいじ　③ のぞみ

ハガキまたはメールで、クイズの答え、**住所、氏名及びペンネーム、年齢、電話番号、広報の感想や町への意見を書き**
〒409-3601 市川三郷町市川大門1790-3 市川三郷町役場総務課広聴広報係までご応募下さい。
ims1790@town.ichikawamisato.yamanashi.jp
【締切】６月15日必着

〈メルアドQRコード〉
対応する携帯電話などで読みとると、本町のメールアドレスを表示します

■先月号の答え
６月から販売が始まる「市川三郷プレミアム商品券」。今年は何％のプレミアム？の答えは**③番の「30％」が正解でした。**
おめでとうございます。次の方が当選されました。記念品をお贈りします。

お疲れちゃんさん、ひとちゃんさん、テリーさん、くうちゃんさん、ネコまっしぐらさん

Powerは交通安全にも注ぎます

春の交通安全運動出発式

春の交通安全運動出発式が５月11日、鰍沢警察署で行われました。本町からも安協や交通安全母の会など交通安全に関係する団体が参加しました。式では市川高校出身のプロレスラー鷹木信悟選手が「一日署長」に委嘱され、長田署長より委嘱状が渡されました（写真・左上）。また高田保育園児による鰍沢交通安全の歌の披露（写真・右上）や、鷹木信悟署長のパフォーマンスにも参加してくれました（写真・右下）。交通安全運動期間中の５月14日には、富士川大橋東詰交差点で街頭指導を行いました（写真・右）。

熱戦の末…

市川大門三珠ライオンズクラブ杯 ミニバスケットボール大会

写真提供：砂田賢一さん

５月５日子どもの日、第19回市川大門三珠ライオンズクラブ杯ミニバスケットボール大会が、市川大門町民体育館で開催されました。県内外から全12チームで熱戦が繰り広げられ、地元市川ミニバス少年団も健闘しました（写真）。主な成績は次のとおりです。

Aブロック		Bブロック	
優　勝	浜　北（静岡県）	優　勝	長田西（静岡県）
準優勝	大　国（甲府市）	準優勝	B　R（静岡県）
３　位	湧　水（静岡県）	３　位	八　代（笛吹市）

社協便り 第25号

社協は、町民の皆様と一緒に地域福祉活動を進めていきます。

問町社会福祉協議会　☎055-272-4179

防災講演会を開催します

「災害とは ～被災地の実情をとおして 自助、共助、公助を考える～」

社協では、地域福祉活動計画における取り組み目標の一つに「災害時に助け合いができる住民同士のつながりづくり」を掲げました。その目標の実現にむけてどなたでも参加できる講演会を企画しました。

【日時】６月14日㊐
午後1時30分～3時30分
【場所】
市川大門町民会館2階視聴覚室
【講演】
「災害とは
～被災地の実情をとおして
自助、共助、公助を考える～」
【講師】
NPO法人災害・防災ボランティア未来会
代表 山下博史 氏

災害が起こったらどうなるのか、自分達はどう行動するのがいいのか、地域で助けあうということはどういうことなのか、災害時の行政は何ができるのかなど、講演会を通して考えていただきたいと思います。
講演会に引き続き、

災害ボランティアセンター運営協力員養成講座

をケアセンターいちかわ会議室で開催します。

6・23㈫ 午後7時30分～9時
「災害ボランティアとは」
7・7㈫ 午後7時30分～9時
「災害ボランティアセンターの役割」

～　母子健康手帳の発行　～

【と　　き】6/9 ㈫、6/23 ㈫
【場　　所】三珠健康管理センター１階和室
【受付時間】午前 10 時（時間厳守でお願いします）
※発行には1時間 30 分程度かかります。
【持 ち 物】印鑑、保険証
※発行は原則として本人に限ります。
※上記の日程以外での発行はいきいき健康課（六郷庁舎）のみの発行になります。日程が合わない場合やお急ぎの方は子育て支援係までご連絡下さい。

～　パパママ教室　～

【日　　時】6/28 ㈰　午前 10 時～午後1時
（受付は午前9時 45 分～）
【場　　所】三珠健康管理センター
【内　　容】妊婦体験、フリートーク など
【持 ち 物】母子健康手帳、父子健康手帳
※予約制です。申し込み問い合わせは 6/24 ㈬までにいきいき健康課子育て支援係までご連絡下さい。
※託児を希望される方は、申し込み時に「託児希望」とお伝え下さい。

～　リリース教室　～

【日　　時】6/19 ㈮
午後1時 30 分～（受付は午後1時～）
【場　　所】三珠健康管理センター
【内　　容】乳児と母親の健康チェック、
ベビーマッサージ、妊婦さんとの交流
【対　　象】出生5カ月までの児とその母親
【持 ち 物】母子健康手帳、バスタオル

～　離乳食教室　～

【日　　時】6/12 ㈮　午前 10 時～正午頃
（受付は午前9時 30 分～）
【場　　所】市川大門町民会館2階調理室
【対　　象】妊娠中の方、お子さまがおおよそ8カ月未満の方
【持 ち 物】母子健康手帳、エプロン、筆記用具、児のスプーンや容器
※予約制です。申し込み希望の方は、いきいき健康課子育て支援係までご連絡下さい。
※託児を希望される方は、申し込み時に「託児希望」とお伝え下さい。

～　予防接種　～

2種混合 ジフテリア 破傷風

対象者 平成 15 年4月2日～平成 16 年4月1日生（小学6年生）

接種期間 平成 28 年3月 31 日まで

＊対象者には3月下旬に通知しています。
＊現在中学1年生で接種できなかったお子さんは 13 歳の誕生日の2日前まで公費負担で接種ができます。

麻しん 風しん

対象者 1期⇒1～2歳未満
＊2歳の誕生日の2日前までに接種して下さい。
2期⇒平成 21 年4月2日～平成 22 年4月1日生（年長児）

接種期間 2期の接種期限は平成 28 年3月 31 日まで

＊対象者には3月下旬に通知しています。（2期対象者）
＊平成 28 年4月1日以降の接種は全額自己負担となります。早めの接種をお願いします！（2期対象者）

市川地区住民健康診断結果説明会

月　日	対象地区	時　間	場　所
6月29日㈪	高　田	13:30～15:30	JA西八代高田支店
6月30日㈫	大　同	13:30～15:30	大同地区公民館
7月 1日㈬	山　保	13:30～15:00	山保地区公民館
7月 2日㈭	市　川	9:00～11:00	市川大門町民会館講堂
		13:30～15:30	
	全地区	18:00～20:00	
7月 3日㈮	市　川	9:00～11:00	市川大門町民会館講堂
		13:30～15:30	

※健診時に使用した封筒を必ず持参して下さい。
（封筒にある受診番号と、結果表とを照合します）
※健康手帳を持参して下さい。
※対象地区を設定しましたが、どの会場でも受けることができます。夜は混雑しますので、なるべく日中にお越し下さい。

貯筋教室の日程は、いちかわみさとカレンダーをご覧下さい

こんにちは保健師です

「質」の良い眠りをとろう！

皆さんは睡眠にゴールデンタイムがあるのをご存知ですか？午後10時～午前2時までが睡眠のゴールデンタイムと言われています。

この時間帯はノンレム睡眠（脳の活動が低下しぐっすり眠っている状態）が得やすく成長ホルモンの分泌が活発に行われます。成長ホルモンは身体の新陳代謝を促すため、分泌が活発になるときに身体の機能修復や疲労回復、皮膚の再生を行います。「寝る子は育つ」「美人は夜つくられる」と言いますが、この時間に睡眠をとることは疲労回復や美容の面からみても重要なのです。

同じ5時間の睡眠でも午後10時～午前3時までと、午前3時～8時まで眠るのでは疲労回復とお肌の状態に大きな差がでます。お仕事の関係などで眠れない場合でも、できるかぎり早く眠るように心がけましょう。

さらに睡眠は「量」だけでなく「質」も大切です。ぐっすりと深い睡眠をとることができないと成長ホルモンが十分に分泌されません。眠りにつく時間が不規則なのも生活のリズムを崩し睡眠に影響します。なるべく同じ時間に眠るように心がけましょう。

人間の体は、眠るとき自然と体温が下がるようになっています。寝つきの悪い方は、次の事を参考にして眠る環境を整えてみましょう。

① ぬるめのお湯（38～40℃）にゆっくり浸かる

お風呂あがりに体温が下がってきたと感じたタイミングで布団に入る。

② ストレッチやヨガなどの軽い運動をする

運動（息が上がらない程度）で少し上がった体温が下がり始めたころに布団に入る。

③ 空腹の場合は消化の良い温かい食べ物を少しだけ食べる

眠ろうと意識し過ぎて眠れないときもあります。そんなときは横になり体の疲れをとるだけでも効果があります。

さらに睡眠はストレスレベルを確認するバロメーターでもあります。「工夫しても眠れない」「熟睡感がない」「朝起きられない」という日が続く場合は、早めに医師に相談することも大切です。

（保健師・山田さやか）

～ 乳児・幼児健診 ～

■□■4カ月児・7カ月児健診
【とき・場所】6/9㈫ 三珠健康管理センター
【受付時間】午後1時～1時30分
【対　　象】平成26年11月、平成27年2月出生児
【持 ち 物】母子健康手帳、バスタオル

■□■10カ月児・13カ月児健診
【とき・場所】6/23㈫ 三珠健康管理センター
【受付時間】午後1時～1時30分
【対　　象】平成26年5月、8月出生児
【持 ち 物】母子健康手帳、バスタオル

■□■3歳児健診 ⇨三珠・市川地区の方対象
【とき・場所】6/4㈭ 三珠健康管理センター
【受付時間】午後1時～1時30分
【対　　象】平成24年2月～5月出生児
【持 ち 物】母子健康手帳、問診票、尿スティック

□■□六郷幼児健診 ⇨六郷地区の方対象
【とき・場所】6/17㈬ 六郷ふれあいセンター
【受付時間】午後1時～1時30分
【対　　象】
1歳6カ月児⇨平成25年8月　～11月出生児
3歳児⇨平成24年1月　～ 4月出生児
5歳児⇨平成22年4月2日～ 8月出生児
【持 ち 物】母子健康手帳、問診票、尿スティック（3歳児のみ）

■□■1歳6カ月児健診 ⇨三珠・市川地区の方対象
【とき・場所】7/9㈭ 三珠健康管理センター
【受付時間】午後1時～1時30分
【対　　象】平成25年9月～12月出生児
【持 ち 物】母子健康手帳、問診票

都合がつかない方は、いきいき健康課子育て支援係までご連絡下さい

～ カンガルー（母親）学級 ～

■3回目 6/5㈮　お産の進み方と過ごし方、マタニティヨガ

■4回目 6/19㈮　赤ちゃん用品の準備、子どもの育て方（沐浴等）、先輩お母さんと赤ちゃんとふれあい

【時　間】午後1時30分～（受付は1時15分～）
【場　所】三珠健康管理センター
【対象者】町内にお住いの妊婦さん
【持ち物】母子健康手帳、筆記用具、1回目に使用したテキスト（3、4回目）